

## Agua Caliente:

- Lave la ropa con agua helada.
- Use agua helada para el triturador de desechos.
- Instale duchas y grifos de bajo flujo.
- Aísle la tubería del calentador de agua cuando es eléctrico.

## Sobre el uso de la luz:

- Apague la luz donde no la esté usando.
- Use la luz del día cuando sea posible.
- Mantenga los bombillos limpios para recibir mejor luz.
- Use luz de lámpara u otro similar en vez de usar la luz de todo el cuarto.
- Reemplace la luz de bombillos por luz fluorescente o bombillos LED.



DURHAM



1 8 6 9  
CITY OF MEDICINE

## Información de Contacto:

Ciudad de Durham

División de Relaciones Humanas  
Departamento de Servicios para el  
Mejoramiento de Vecindarios

807 East Main Street  
Suite 2-300, Golden Belt Center  
Durham, NC 27701  
Teléfono: 919-560-4107 Ext. 34280



## Educación Básica sobre AHORRO de ENERGIA



Una guía básica sobre cómo  
ahorrar energía en tu hogar sin  
costo y/o a bajo costo.

¡Mejora tú economía y  
contribuye a conservar  
un planeta verde!

Ciudad de Durham

División de Relaciones Humanas  
Departamento de Servicios para el  
Mejoramiento de Vecindarios

## **CONSEJOS SOBRE COMO AHORRAR ENERGIA**

### **Cuando Cocinamos:**

- Use ollas pequeñas, use hornillas más pequeñas que la olla y mantenga la tapa en la olla.
- Use microondas en vez de la estufa o el horno para recalentar la comida.
- Use recipientes de vidrio o cerámica en el horno, ya que calientan más rápido que el metal.
- No deje que el horno precalentado vacío, y no lo abra seguido cuando este cocinando.

### **Aparatos de recarga:**

- Desconecte cargadores de celulares cuando no los esté usando.
- Use cuerdas eléctricas con control de apagado con computadoras o similares para poder apagarlos todos sin tener que desconectarlos.

### **Cuando Lavamos Ropa:**

- Lavemos cuando haya suficientes cargas de ropa.
- Revisar cada mes el ventilador de secado exterior que abre y cierra libremente y cambiarlo si es necesario.

### **Sobre el Refrigerador:**

- Mantenga el refrigerador en 37 a 40 grados F. y el congelador de 0 a 5 grados F.
- Mantenga la parrilla del refrigerador limpia, el sucio hace que el refrigerador trabaje más.

- Deje que la comida se enfríe antes de ponerla en el refrigerador.
- Mantenga el congelador lleno, aunque sea con hielo o recipientes con agua.
- Mantenga el refrigerador alejado de la estufa u otros aparatos que generen calor.

### **Nuestro Transporte:**

- Maneje al límite y acelere gradualmente.
- No deje el automóvil encendido, apágelo para ahorrar y evitar contaminar.
- Mantenga cosas pesadas fuera del vehículo
- Mantenga las llantas con la presión adecuada.
- Combine viajes cuando sea posible y haga viajes compartidos.
- Mantenga siempre en buen mantenimiento su vehículo.
- Use el transporte público cuando pueda.
- Use la bicicleta o camine cuando sea posible, ahorra combustible y es saludable.



### **Aire Acondicionado y Sistema de Calefacción:**

- Ajuste el termostato para cuando este fuera de la casa o cuando está dormido.
- Mantenga las cortinas abiertas durante el día en el invierno para que entre el calor del sol, ciérrelas por la noche para mantener el calor.
- Mantenga las cortinas cerradas en el verano para mantener fuera el calor del sol.
- Mantenga los muebles, alfombras y cortinas alejados de las entradas de aire frío o calefacción, esto impide su correcto funcionamiento.
- Mantenga cerrada la chimenea cuando no esté en uso.
- Use ventiladores, ya que gastan menor energía que los A/C.
- Mantenga lámparas, televisores, u otro electrodoméstico que genere calor lejos del termostato.
- Instale termostato programable y prográmelo para que la temperatura varíe durante el día.
- Permita que un profesional le ayude a sellar ductos, goteos, hendiduras en techo y pisos.
- Asegúrese de aislar la puerta del ático.
- Aísle y selle los tomacorrientes.
- Plante árboles en los lados Sur y Oeste de la casa.
- Instale plástico sobre las ventanas con corrientes de aire, utilizando el kit de bajo costo y secador de pelo.
- Remplace los filtros del A/C y asegúrese que este en buen funcionamiento.